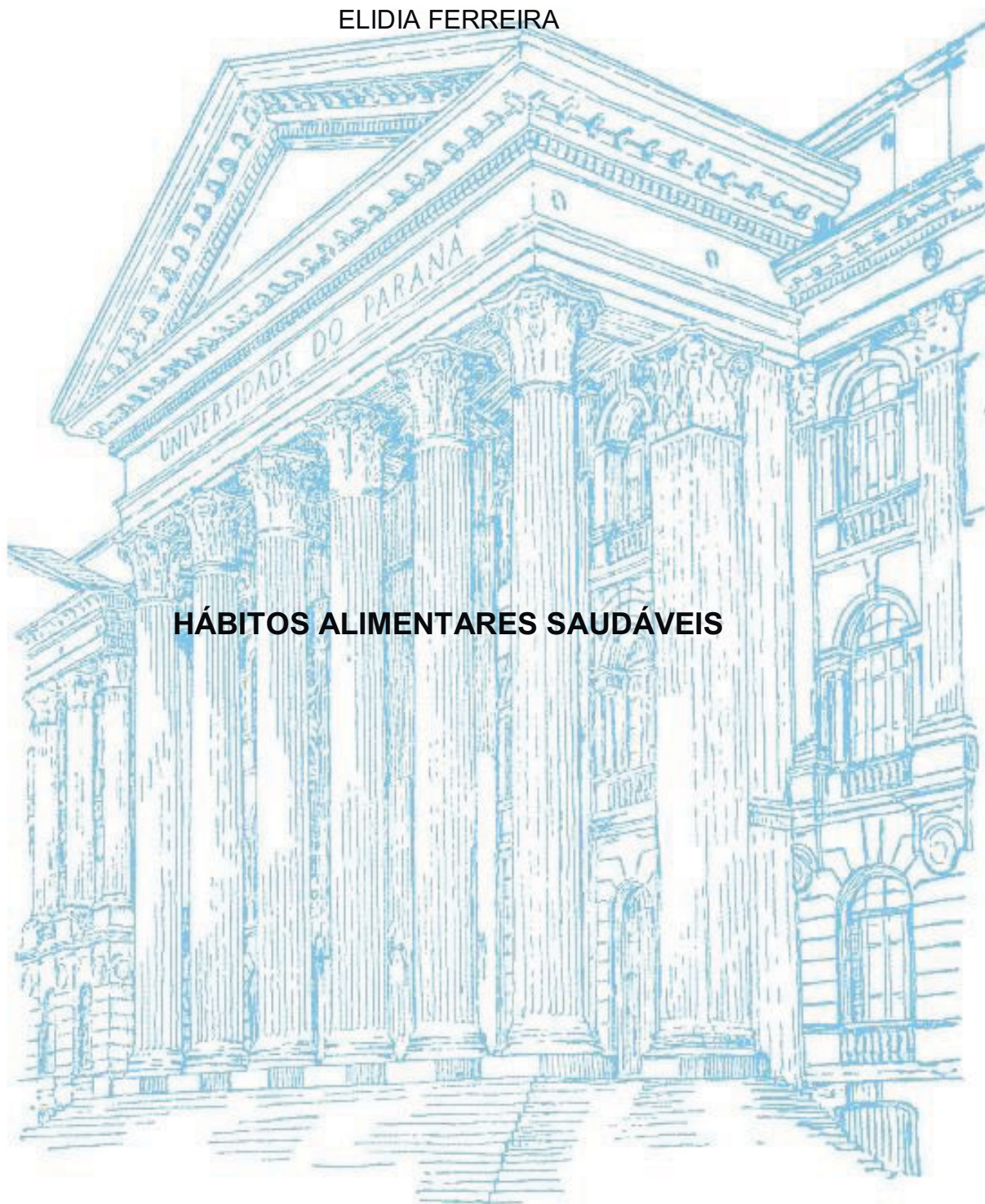


UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

ELIDIA FERREIRA



HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS

CURITIBA
2019

ELIDIA FERREIRA

HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS

Projeto de Intervenção apresentado como requisito parcial para a conclusão do módulo IV do curso de Especialização em Saúde para professores do Ensino Fundamental e Médio, Setor de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Paraná.
Orientadora: Prof^a.: Magda Ribas Pinto

CURITIBA
2019

SUMÁRIO

1.INTRODUÇÃO.....	9
1.1 CONTEXTO E PROBLEMA.....	10
1.2 OBJETIVOS.....	11
1.3 JUSTIFICATIVA.....	12
2 REVISÃO DE LITERATURA.....	13
2.1 INFÂNCIA BEM NUTRIDA ADULTO SAUDÁVEL.....	15
2.2 NUTRIÇÃO NA FASE PRÉ-ESCOLAR.....	18
3.METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO.....	21
3.1 CENÁRIO DE INTERVENÇÃO.....	21
3.2 TRAJETORIA METODOLÓGICA.....	22
3.2.1.1ªFASE:CONVERSA,BRINCADEIRAS,PINTURA,RECORTE, COLAGEM	23
3.2.2 .2ª FASE: PALESTRA SOBRE ALIMENTAÇÃO.....	24
3.2.3. 3ª FASE: OFICINAS CULINÁRIAS NAS SALAS DE AULA.....	25
3.2.4. 4ª FASE: SACOLA DE JOGOS E LITERATURA.....	27
3.5 5ª FASE: PREMIAÇÃO ODS – SESI.....	27
3.3 RESULTADOS E ANÁLISES DOS DADOS.....	28
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	36
REFERÊNCIAS.....	38
APÊNDICES.....	42

Dedico este trabalho de conclusão de curso em primeiro lugar a Deus pai todo poderoso e a Nossa Senhora Aparecida por iluminar minha vida e proteger meus familiares.

Você é tudo o que come, portanto
Alimente-se com comida saudável
(Elias Leal)

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo fazer uma reflexão juntamente com ações práticas sobre a educação alimentar e nutricional no contexto da promoção dos hábitos alimentares saudáveis, apontada como importante estratégia para enfrentar os novos desafios no campo da saúde, alimentação e nutrição. Trabalhar sobre o tema alimentação saudável na educação infantil contribuiu para o desenvolvimento físico, cognitivo, emocional, entre outros, além de proporcionar uma melhor qualidade de vida para a criança. Pensando nessa perspectiva este projeto de Intervenção é relevante porque visa a promover uma alimentação saudável, pois desde pequenos os bons hábitos alimentares podem influenciar na qualidade de vida e no aprendizado das crianças. Também aqui são delineadas algumas considerações sobre o papel dos pais e educadores a educação alimentar das crianças inseridas na educação infantil, através das contribuições ao realizar ações de cuidar e educar em formato de rodas de conversas, palestras, oficinas, atividades literárias, jogos com interações dos pais e demais ações que no decorrer do projeto se apresentam como necessárias e indispensáveis. Após a intervenção foi alcançado o objetivo de que aos hábitos alimentares saudáveis podem ser promovido desde a educação infantil, visto que quanto mais cedo a criança conhecer e saborear a diversidade de alimentos saudáveis e nutritivos mais fácil será a sua aceitação e a internalização. A ação de estimular as crianças a ter o hábito de consumir alimentos que favoreçam a saúde e o desenvolvimento delas não se deve partir apenas dos professores, os pais devem contribuir nessa promoção de saúde desde a educação infantil, pois a alimentação saudável é muito importante para o crescimento e desenvolvimento delas, além de ajudar no processo de ensino aprendizado. Então, essa pesquisa visa contribuir com reflexões acerca do papel do professor e dos pais da Educação Infantil na contribuição das suas ações frente às práticas pedagógicas relacionado ao tema alimentação saudável.

Palavras-chaves: Alimentação Saudável. Educação Infantil. Desenvolvimento da criança.

ABSTRACT

This project aims to reflect on the actions taken together with the family on food and nutritional education in the context of promoting healthy eating habits, observing as an important strategy for a healthy life, a better quality of life and a more conscious society. Reflection on healthy eating habits contributes to physical, cognitive and emotional development, as well as corroborating in the teaching of children's learning. Some considerations have also been outlined on the role of parents and teachers in early childhood education and the contribution of their actions to pedagogical practices related to healthy and quality food, through the actions of educating and caring in conversation wheels, lectures, workshops, literature, games and play. After the intervention, the objective was reached that healthy eating habits can be promoted since preschool, since the sooner the child knows and savor the diversity of healthy and nutritious foods, the easier it will be to accept and adapt. Stimulating the child from a young age to having healthy eating habits is aimed at a healthy adult and a healthy society with a better quality of life.

Keywords: child education - child development - healthy eating.

1. INTRODUÇÃO

A política nacional de alimentação e nutrição (BRASIL, 2013), está pautada na promoção de práticas alimentares saudáveis que está inserida no contexto da adoção de modos de vida saudável, sendo, portanto componentes importantes na qualidade de vida. A educação para a saúde é essencial no processo de promoção para a saúde, e tem como finalidade de capacitar as crianças conscientizando as famílias para lidar com os problemas fundamentais da vida cotidiana como nutrição no desenvolvimento integral do indivíduo dentro do contexto atual de uma sociedade. (TURANO e ALMEIDA, 1999, pg. 97).

Um desafio que se apresenta para a comunidade escolar, em especial para a equipe gestora são os hábitos alimentares das crianças. Uma alimentação saudável é fundamental para o bom desenvolvimento da criança como também evita doenças futuras. Incentivar as crianças a mudar seus hábitos alimentares fomentando assim a conscientização de toda família, visando melhorar a qualidade de vida para uma sociedade mais saudável e consciente.

O interesse da maioria das famílias frente à alimentação é buscar sempre priorizar o industrializado, o mais fácil é ágil, ou seja, os Fast-Food, enlatados e industrializados que já estão prontos para serem consumidos. Estes produtos contem altos índices de sódio, gorduras trans e saturadas, conservantes, açúcares e déficit de vitaminas naturais. As crianças precisam a conhecer e aprender os bons hábitos de alimentação desde a infância de forma prazerosa e natural

As maiorias dos pais deixam toda responsabilidade para a escola, se omitindo de sua parcela de participação. Uns alegam falta de tempo, outros não têm interesse e ainda a aqueles que acreditam ser responsabilidade somente da escola a formação dos hábitos saudáveis dos alunos.

Assim questionamos: “Hábitos alimentares saudáveis podem ser promovidos para criança já na educação infantil”? Reflexão esta que nasceu da problemática vivenciada na Instituição, onde a maior dificuldade é fazer com que as crianças passam a se alimentar corretamente com alimentos saudáveis e nutritivos.

Este projeto de Intervenção é relevante porque visa a promover uma alimentação saudável sendo que desde pequenos os bons hábitos alimentares podem influenciar na qualidade de vida e no aprendizado das crianças.

Outro fator relevante é que o tema se articula num eixo de trabalho das professoras que atuam em um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI) localizado no Município de Campo Largo, região metropolitana de Curitiba PR, com a turma do Maternal II, com a participação 22 crianças matriculadas em período integral. Tal pretensão é fruto de minha experiência como professora, pedagoga, psicopedagoga e atualmente gestora do referido (CMEI)¹.

Atualmente vivemos num processo de grande agitação que afeta a vida de todos e os afazeres da família algumas vezes fica em segundo plano. Frente a esta realidade se depara a instituição de ensino e as famílias, ambas diferentes, com dificuldades e problemas cada vez mais complexos, mas que compartilham a mesma idéia educar para formar o homem do amanhã saudável e com qualidade de vida. Para Freitas (2006, pg.66), a sociedade capitalista retira dos pais o tempo de dedicação aos filhos.

1.1 CONTEXTO E PROBLEMA

O paladar da criança começa se desenvolver após o nascimento, aos poucos vai dando preferências aos sabores que vai influenciando ao longo da vida, assim é imprescindível desde pequenos ser oferecido uma alimentação saudável, com pouca gordura, sal, dando preferência aos produtos naturais, para crescerem saudáveis e com qualidade de vida. Segundo ANASTÁCIO “O ser humano é um ser que mais precisa de cuidados para sobreviver, e tem se mostrado ao longo de sua história, principalmente com o surgimento da Era Industrial, esquecido desse aspecto inerente a vida”. (2013, pg. 22).

Salientemos que o CMEI onde será realizado o Projeto de Intervenção, é ofertado quatro refeições servidas na Instituição são elaboradas e orientadas pela nutricionista da Secretaria Municipal de Educação e Esporte (SMEE), que atende todas as escolas e CMEIs do Município sendo acompanhadas,

¹Nesta Instituição Pública estão matriculadas, em tempo integral, 175 crianças, entre 01 a 04 anos de idade. O CMEI conta com 07 salas de aula, 03 professoras, 06 educadoras, 08 auxiliares infantis, 01 estagiária, 01 pedagoga e 01 diretora, 03 serviços gerais, 01 copeira, 02 merendeiras.

monitoradas com visitas periódicas para observar a aceitação dos alimentos pelas crianças. Todas as refeições são preparadas diariamente na Instituição pela copeira e as merendeiras.

Neste sentido o CMEI tem como papel indispensável para a formação do futuro cidadão levar as famílias a repensar nos hábitos alimentares. Sendo assim o trabalho de intervenção se faz necessário para melhorar a qualidade de vida das crianças visando uma sociedade mais saudável e consciente.

Uma boa alimentação é um requisito importante para a formação de bons hábitos alimentares, isto demanda tempo que muitas vezes não está disponível para pais que trabalham fora. (GARCIA 2003, pg. 43). Assim sendo, o mundo do trabalho e a industrialização dos alimentos são fatores que certamente vão dificultar uma alimentação saudável, levando sempre a adquirir e aproveitar os alimentos pré - preparados ou industrializados.

Nesta linha de pensamento surgiu a necessidade de refletir sobre esta problemática vivenciada na Instituição, onde observamos a necessidade de contribuir com que as crianças possam se alimentar saboreando alimentos saudáveis e nutritivos. Assim surgiu a seguinte questão norteadora: Hábitos alimentares saudáveis podem ser promovidos já na educação infantil?

1.2 OBJETIVOS

De posse dessas primeiras incursões sobre hábitos alimentares, a questão que aqui se erige é: “Hábitos alimentares saudáveis podem ser promovidos para criança já na educação infantil”? A hipótese aventada é a de que exista a intenção, por parte da instituição de visto que uma alimentação saudável é fundamental para evitar futuras doenças, têm-se os seguintes objetivos:

OBJETIVO GERAL:

- Promover práticas educativas de uma alimentação saudável;

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Incentivar as crianças para hábitos alimentares saudáveis;

1.3 JUSTIFICATIVA

O Projeto de intervenção, geralmente, surge no espaço de trabalho do interventor, a partir das experiências vividas e das reflexões feitas neste espaço. Como afirma MINAYO (2007, pg. 47), “nada pode ser intelectualmente um problema, se não tiver sido, em primeiro lugar, um problema da vida prática”. Este Projeto surgiu na minha vivência profissional no (CMEI) como Professora e atualmente Diretora.

A alimentação faz parte do currículo escolar como também levar refletir sobre o desperdício dos alimentos, assim somos responsáveis, com a formação de cidadãos e com as transformações coletivas e sociais voltadas para a construção de uma sociedade justa e igualitária. É importante reconhecer que “educar não é transferir conhecimento, mas criar possibilidades para sua produção ou sua construção” (FREIRE, 1996, pg. 87).

Trabalhos apontam que deve-se evitar deixar para criança a decisão do que vai comer, ela vai sempre escolher os alimentos o que mais aprecia: frituras, doces, massas, refrigerantes, salgadinhos. A responsabilidade sobre a alimentação dos pequenos é dos pais, responsáveis e educadores. São eles que devem decidir o que vai ser servido à mesa todos os dias e o que só entra de vez em quando no cardápio da criança. Para educar em saúde é necessário ter a convicção de que a mudança é possível e conseguir transmitir isso a criança. (FREIRE, 1996, pg. 69).

A alimentação é a continuação da aprendizagem, as crianças aprendem a ser autônomos, participativos, críticos e reflexivos, praticar a boa alimentação vai ajudar a manter a saúde e previr várias doenças como a obesidade, hipertensão que tanto assola a população e que a maioria dos casos começa na infância com a uma alimentação totalmente equivocada.

É imprescindível desenvolver hábitos alimentares sadios nas crianças desde a educação infantil, questionando sempre sobre a importância de uma boa alimentação – regrada e nutritiva – para evitar futuras doenças que vai resultar uma vida mais saudável.

2. REVISÃO DE LITERATURA

Nesta etapa do trabalho serão apresentados os seguintes itens: Infância bem nutrida adulto saudável e a importância de uma boa nutrição na pré-escola os quais corroboram para este projeto de intervenção.

Cuidar da alimentação das crianças hoje é investir na sua saúde visando um adulto saudável no futuro. A partir do momento que todos adotam hábitos saudáveis, como uma alimentação de qualidade e uma vida ativa, a criança também se sente encorajada para fazer parte deste contexto.

A base dos hábitos alimentares é na infância que são transmitidos pelos familiares (TURANO & ALMEIDA, 1999; GARCIA & CANESQUI, pg.45, 2005). A preferência de alimentos é parte de um sistema comportamental no ser humano que é determinado primeiramente pelos pais. As experiências iniciais e a interação contínua do alimento vão determinar a qualidade de vida futura de cada um.

A escola pode contribuir muito para a mudança dos hábitos alimentares na família com trabalho de educação nutricional que não somente as frutas e verduras são importantes, mas um conjunto de harmonia e equilíbrio entre micronutrientes como vitaminas e minerais. Os macros nutrientes, carboidratos lipídios e proteínas são igualmente importantes, pois distribuídos de forma a fornecer energia para o ser humano.

Às vezes a família não tem o básico alimentar, então temos que trabalhar a dicotomia em ter estes nutrientes na alimentação e como obter de acordo com sua condição social.

O Guia Alimentar para a População Brasileira é um marco para ampliar a diretriz de promoção da alimentação adequada e saudável que integra a Política Nacional de alimentação e nutrição reza que:

a alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis (Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília, 2012. pg. 10).

Frente a esta realidade o CMEI como um espaço educacional e apropriado para fortalecer ações educacionais em saúde “incluindo programas de educação nutricional, os quais consistem em processos ativos, lúdicos e interativos, que possam auxiliar nas mudanças de atitudes e nas práticas alimentares (SCHMITZ et al., 2008). A missão da educação é criar condições para mudanças culturais e comportamentais dos alunos num processo democrático e participativo, somos os responsáveis com a formação de cidadãos autônomos, éticos, críticos e reflexivos.

O consumo de frutas, verduras e legumes com proteínas e com poucas calorias são indispensáveis para uma boa saúde, já os produtos industrializados têm excesso em gorduras saturadas, trans, açúcar, e sódio são carentes em vitaminas e minerais que precisam ser reduzidos ou até eliminados da alimentação principalmente das crianças. Vale ressaltar que é uma demanda de costume onde é possível adaptar e mudar para melhor.

Os nutrientes diários devem ser satisfatórios para fornecer as necessidades básicas para um desenvolvimento condizente com a idade. O cardápio deve ser simples com aparência agradável, combinando com a alimentação familiar e aproveitando os produtos da época e regiões.

Segundo CAVALCANTI (2009, pg. 28) “a infância corresponde ao período de formação dos hábitos nutricionais da vida adulta. É nessa fase que se fundam as bases para uma alimentação balanceada e saudável”. Assim, um grande desafio para os profissionais da educação é levar a conscientização de que os hábitos alimentares impróprios estão associados a diversos prejuízos à saúde que contribui para o aumento e a prevalência de morbidade e mortalidade na vida adulta. (ALMEIDA; NASCIMENTO; QUAIOTI, 2002, pg. 85).

Para Freire (1993, pg. 40) “Ninguém nasce feito, é experimentando – nós no mundo que nós nos fazemos. Não nascemos humanos, nos tornamos humanos à medida que vamos vivendo. Sendo assim, tudo se aprende e pode se modificar conforme a necessidade de cada um. O papel da educação é contribuir para a construção de um novo jeito de pensar e agir, possibilitando ao cidadão condições de uma maior compreensão de si e do mundo que o acerca e não apenas transmitir o conhecimento.

2.1 INFÂNCIA BEM NUTRIDA ADULTO SAUDÁVEL

Atualmente a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) está em destaque e adentrando no espaço escolar no acesso à assistência de uma boa saúde, focando principalmente na mudança dos hábitos alimentares impróprios para o ser humano, ajudando e precavendo doenças crônicas, alertando a população a utilizar produtos mais naturais e saudáveis com segurança e confiante.

Os hábitos adquiridos e cultivados na infância têm maior probabilidade de se conservar para toda vida, sendo que muitas interferências como fisiológicos, psicológicos, socioculturais, e econômicos, trazem para dentro da Instituição a sua particularidade. Esse momento é muito delicado, o profissional que estabelece um vínculo e uma relação de cumplicidade com a criança, precisa saber trabalhar com intervenções intencionais que possibilitem este desenvolvimento.

Assim é imprescindível que os profissionais que atuem no interior das Instituições de Educação Infantil tenham qualificação inicial e continuada, principalmente por se tratar da primeira etapa da educação básica, ou seja, o alicerce de toda a educação escolar (KRAMER, 1987; ROSEMBERG, 2002, pg. 65).

O uso de uma alimentação carente de nutrientes durante a infância repercute na saúde do adulto do amanhã. E nesse momento que entra o papel da escola em ensinar e incentivar a se alimentar de maneira adequada, praticando uma alimentação saudável e equilibrada, sempre tendo o bom senso como guia “nem de mais nem de menos”.

É na infância que são construídos os alicerces que vão determinar a formação desse ser humano mais saudável. É nesta etapa da educação infantil que o atuar pedagógico deve suprir às verdadeiras necessidades das crianças, na criatividade, flexibilidade, tanto no individual como no coletivo.

Sônia Kramer (1993, pg. 46) defende que uma educação de qualidade para crianças pequenas deve visar à educação para a cidadania e deve reconhecer que o trabalho conjunto com as famílias é um dos maiores desafios de um projeto pedagógico. (KRAMER, 1993, pg. 210). Aproveitar esta fase para

promover uma alimentação com nutrientes com quantidade e qualidade, com variados tipos de alimentos que contem fibras, vitaminas e minerais é indispensável. Restringindo sempre que possível a ingestão de açúcar, gordura, sal, refrigerantes, guloseimas e doces tendo a família como parceira vamos conseguir uma sociedade mais saudável e sadia com a diminuição de doenças e hospitais menos lotados.

Uma alimentação saudável traz benefícios em todos os aspectos tanto físico como mental. Uma criança que traz uma alimentação rica em vitaminas e mineral tem mais saúde e disposição no seu dia a dia. Várias doenças podem ser evitadas no decorrer da vida como: obesidade, câncer, artrite, anemia, diabetes, hipertensão e diversos tipos de distúrbios hormonais, além de prevenir o envelhecimento precoce, melhorar a circulação, combater a depressão, o estresse, a ansiedade e a insônia.

Já para as crianças as consequências são devastadoras dificulta o crescimento e principalmente o ensino aprendizagem, a mesma terá maior dificuldade para se concentrar e aprender, isso traz uma carência e uma perda irreparável na vida desta criança.

A formação dos hábitos alimentares começa na infância onde tem influência de vários fatores sociais e culturais. As refeições oferecidas no CMEI vêm prescritas por nutricionista, precisa ser completa com todos os nutrientes que uma criança necessita, visto que algumas só vão ter essa refeição balanceada somente na Instituição, já que sua família se encontra algumas vezes inserida em um meio social desprovido economicamente.

O profissional de educação tem a sua frente um leque amplo de opções para ensinar e o educador não pode se restringir somente no ato de transmitir conteúdos, mas sim antes de tudo ser comprometido com as transformações sociais, dando oportunidade as crianças para colocar em prática o exercício essencial da cidadania, ou seja, uma prática de ensino voltado para a formação integral de seres humanos saudáveis, talentosos, críticos e conscientes. Para Souza:

“Ser professor, hoje, significa não somente ensinar determinados conteúdos, mas sobretudo um ser educador comprometido com as transformações da sociedade, oportunizando aos alunos o exercício dos direitos básicos à cidadania”. (Souza 2008, pg.42)

Todo esse entendimento é imprescindível para o profissional principalmente de educação infantil, precisamos buscar estudando e se qualificando progressivamente. A nossa ação educativa necessita analisar e reavaliar os valores e princípios saudáveis e éticos que queremos transmitir, por isso é imprescindível alimentar e fomentar o prazer e o desejo de aprender e ensinar, tanto do professor como do aluno, pois enquanto ensinamos também aprendendo, internalizando assim, a cidadania saudável, justa e igualitária que tanto sonhamos e almejamos para todos.

Principiar o ensino da discussão já na educação infantil para os hábitos alimentares desenvolvendo o espírito crítico e questionador a respeito dos alimentos, mas uma alimentação saudável que faça a diferença, pois a mudança só vai ocorrer pela educação por isso precisamos começar a transformação no alicerce da educação que é na educação infantil.

Sendo que “ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para sua produção ou sua construção.” (FREIRE, 1996, pg. 21). A mudança da mentalidade da criança ocorre pela aprendizagem, segundo Senge:

A verdadeira educação chega ao coração do que significa ser humano. Através da aprendizagem, nos recriamos. Através da aprendizagem tornamos – nos capazes de fazer algo que nunca fomos capazes de fazer. Através da aprendizagem ampliamos nossa capacidade de criar, de fazer parte do processo gerativo da vida. (SENGE, 2001, pg. 47)

A educação passa a ser vista e entendida como um importante órgão de base para a promoção da saúde, como também das transformações sociais que almejamos para o futuro do ser humano.

Uma educação integral e de qualidade se compromete com as transformações, reconstruindo as mudanças na vida da criança e são as primeiras vivências nos primeiros anos que deixam marca profundas que serão levadas no decorrer da sua existência, quando as marcas forem positivas fortalecerão seus hábitos buscando colocar em prática toda sua aprendizagem.

2.2 NUTRIÇÃO NA FASE PRÉ-ESCOLAR.

Segundo a Lei Nº 9.394/96 artigo 19 a fase pré escolar é muito importante para o desenvolvimento integral da criança em todos seus aspectos físicos, psicológicos, intelectual e social que vem completar a ação da família e da comunidade. Assim como a ingestão alimentar diária da criança nessa fase, influencia diretamente em seu crescimento e desenvolvimento, sendo um momento decisivo e crítico em sua vida, tornando imprescindível e fundamental ter acesso a hábitos alimentares saudáveis, visto passar por uma mudança, ou seja, saindo da total dependência lactente para uma independência maior alimentícia ampliando-se para o ambiente escolar.

A exclusividade que a família tinha sobre a criança é rompida e ela passa a se relacionar com outros ambientes fora do seu meio social, no seu novo cotidiano escolar. Assim a criança vai desenvolvendo a sua autonomia principalmente na alimentação sempre com a supervisão das professoras e exemplos dos colegas.

Nesta fase da educação infantil é importantíssimo a instituição escolar ter programas de educação nutricional integrado ao currículo, mas com a participação das famílias, porque é nesse período que os hábitos alimentares começam a se constituir, por isto se faz necessárias a parceria família e escola para se buscar um bom resultado, visto que as duas organizações são responsáveis pelo bem-estar da criança.

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei número 9394), de 20 de dezembro de 1996, que apontam os fundamentos legais e a identificação da Educação Infantil como direito da criança, tendo, como fio condutor o pensamento identificado no trecho abaixo:

A Educação Infantil é a primeira etapa da Educação Básica e tem como finalidade o desenvolvimento integral da criança de zero a cinco anos de idade em seus aspectos físicos, afetivos, intelectual, linguístico e social, completado a ação da família e da comunidade (BRASIL. Art.29).

O educar exige compromisso e responsabilidade de ambas às partes família e escola, pois ensinar e praticar os hábitos saudáveis são o caminho certo e seguro para a criança e fundamental, visto que a saúde é um bem mais

precioso do ser humano, assim como é importante entender e respeitar a criança na sua autonomia e essência.

As famílias precisam ser orientadas quanto à prática de uma alimentação saudável e de qualidade. Uma alimentação equilibrada necessita ter todo dia alimentos básicos para fornecer energia e plasticidade para regular a estrutura física.

Algumas crianças quando começa a frequentar a Instituição escolar já vem com os seus hábitos alimentares de casa bem definido, várias vezes as professoras se deparam com situações completamente absurdas onde a criança só se alimenta incorretamente (mamadeiras, bolachas recheadas, salgadinhos, refrigerantes e outros alimentos) que apesar saciar a fome temporariamente também prejudica a saúde.

A escola tem um papel fundamental para alertar a família e reeducar a alimentação da criança, mas sempre com muito cuidado sem imposição respeitando a cultura e a diversidade de cada uma. A alimentação escolar faz parte do processo de aprendizagem, uma vez que a criança é inserida no espaço escolar desde a educação infantil, primeira etapa do ensino onde começa o alicerce para a formação do ser humano que vai refletir para toda a vida, principalmente os hábitos alimentares.

O Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) reza que:

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) oferece alimentação escolar e ações de educação alimentar e nutricional a estudantes de todas as etapas da educação básica pública. O governo federal repassa, a estados, municípios e escolas federais, valores financeiros de caráter suplementar efetuados em 10 parcelas mensais (de fevereiro a novembro) para a cobertura de 200 dias letivos, conforme o número de matriculados em cada rede de ensino. (BRASIL Resolução nº 26 de 17/06/13)

Assim as Instituições de ensino têm o amparo legal que auxilia na oferta da alimentação escolar de qualidade para todas as crianças, isso vem facilitar a aquisição de produtos mais saudáveis e naturais e o acompanhamento das nutricionistas referente aos cardápios das Instituições.

A criança observando vai se espelhando na escolha de alimentos pela família, amigos, colegas com os quais está se socializando, todo esse contexto influencia e desperta o interesse e o gosto pelos alimentos variados. As crianças gostam muito de colaborar ajudando em tudo principalmente na preparação de algum alimento, para elas tudo é mágico, detalhe este que pode ser aproveitado

brincando para aprender sobre uma alimentação saudável e os bons hábitos alimentares.

As crianças quase sempre recusam a provar diferentes alimentos alegando não gostar, mesmo sem conhecer. O que algumas vezes impede valer-se de uma refeição de qualidade saudável e quantidade variada. E nesse momento que entra a interferência “mágica” do profissional da educação que pode fazer a grande diferença na vida da criança.

A prática dos hábitos saudáveis será sempre um desafio muito grande que precisa analisar a história, a família, o ambiente, a formação, o conhecimento e as experiências de todos os envolvidos não só da família, principalmente dos profissionais da Instituição. Não existe receita pronta precisamos entender e juntos buscar uma educação saudável de qualidade social, visto estar em nossas mãos à futura geração. Pois segundo Paulo Freire 1999.

Tudo o que a gente puder fazer no sentido de convocar os que vivem em torno da escola, e dentro da escola, no sentido de participarem, de tomarem um pouco o destino da escola na mão, também. Tudo o que a gente puder fazer nesse sentido é pouco ainda, considerando o trabalho imenso que se põe diante de nós que é o de assumir esse país democraticamente. (FREIRE, 1999, pg. 72)

A autonomia da criança vai florescendo na socialização, os novos amigos e profissionais incidem a influenciar no ensino aprendizagem e constituir novos hábitos e concretizando os já alcançados. Assim o elo familiar, escola e colegas acarretam nesse momento exercendo ênfase na saúde e na qualidade de vida das crianças.

A Instituição é um espaço educativo por natureza é um “lugar de aprendizagem em que todos aprendem e é, também, um espaço de formação para os formadores”. (LIBÂNEO, 2004, pg.115). É grande a responsabilidade de avançar na construção de uma prática a luz da teoria, a fim de garantir uma educação saudável de qualidade e igualdade a todos desde a Educação Infantil.

3. METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO

3.1- CENÁRIO DA INTERVENÇÃO

O presente projeto de intervenção foi aplicado no Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI) localizado no Município de Campo Largo, região metropolitana de Curitiba PR, com a turma do Maternal II, com a participação 22 crianças matriculadas em período integral. O CMEI foi criado no dia 21 de maio de 1969 instituído pelo Governo Federal através do decreto nº593, e dia 27 de maio de 1969, vinculada ao Ministério da Ação Social por força do Decreto nº 89.244 de 10 de maio com o nome de Posto Puericultura da Legião Brasileira de Assistência (LBA), conhecido também pela população como “Posto do Barbosinha”, referência ao médico que sempre deu atendimento no local. Inicialmente atendia os filhos das mulheres que participavam dos cursos oferecidos pela LBA.

Passou a funcionar como creche em 1980, atendendo uma necessidade dos moradores dos bairros vizinhos. Trabalhavam com 45 crianças sendo que 30 de 03 a 06 anos, e 15 de 07 a 13 anos. Estas pertenciam ao grupo chamado “ELO”, as quais frequentavam num período a creche e no outro a escola. Neste período permaneciam todos em uma única sala paralelamente ao Posto de Puericultura, e não havia trabalho diferenciado para as mesmas. Em 1989 o grupo do “ELO” foi separado em outra sala devido as suas necessidades específicas, recebendo reforço escolar.

Com a extinção da (LBA) a creche passou a ser administrada pela Prefeitura Municipal de Campo Largo. O prédio ficou em comodato com a Prefeitura desde 15 de abril de 1992 quando foi nomeado através da Lei Municipal nº 985, de 25 de maio de 1992, sendo chamado “Centro Social Victor de Almeida Barbosa”. Recebeu este nome em homenagem ao farmacêutico Sr. Victor de Almeida Barbosa que dedicou a esta profissão mais de 50 anos, trabalhando até os últimos dias de sua vida. Sendo lembrado com carinho, como um profissional competente que sempre atendeu a todos, ajudando principalmente os mais carentes, manipulando suas receitas objetivando o bem do próximo, não unicamente o seu lucro.

Ao passar para a Prefeitura o consultório médico foi desativado e transformado em salas de aula para o jardim e maternal. Nessa mesma época

decidiu-se por extinguir a turma do “ELO” devido a grande procura de vagas para a Educação Infantil.

Atendendo as novas Diretrizes da Educação, passou a chamar-se “Centro de Educação Infantil Victor de Almeida Barbosa”. O estabelecimento de Ensino foi criado pelo decreto nº192/03 de 08 de setembro de 2003, e atendia a 70 crianças em idade de 02 a 06 anos em período integral, sendo 30 crianças de Maternal e Jardim I que ficavam na mesma sala e eram atendidas por uma atendente e por uma professora em período integral, e 25 crianças na turma do Jardim II atendidas por uma atendente no período integral e uma professora no período da tarde e 15 crianças eram da turma do Pré III atendida por uma professora em tempo integral.

Em 2004 devido a grande procura por vagas no Maternal e também o número reduzido de alunos para o Pré III, foi decidido junto a Secretaria de Educação pela extinção do Pré III. Visto que as maiorias dos pais ao decorrer do ano matriculavam seus filhos nas escolas próximas as suas residências para garantir a vaga do ano seguinte, ocasionando com isso um número insuficiente de alunos para a referida turma da metade do ano em diante.

A denominação atual é Centro Municipal de Educação Infantil Victor de Almeida Barbosa, e dispõem de 175 vagas para crianças de um ano e meio a cinco anos, são distribuídos em sete turmas Berçário II, Maternal I A, Maternal I B, Maternal I C, Maternal II A, Maternal II B. Maternal II C, porém apesar desta quantidade de vagas ofertadas, torna-se insuficiente atender a demanda, pois a procura é muito grande para todas as turmas.

3.2- TRAJETÓRIA METODOLÓGICA.

Os participantes do projeto de intervenção foram uma turma do Maternal II, período matutino, sendo estendido às demais crianças, pais e comunidade na participação das oficinas culinárias e palestra (sábados Interativos). Os participantes foram selecionados através da amostragem não probabilística por julgamento e a amostra foi constituída por 22 alunos cuja faixa etária é de três a quatro anos.

Por meio da ficha sócio econômica dos alunos matriculados na escola, constatou-se que os alunos são residentes nas proximidades da escola e que a

média familiar é de um até três salários mínimos, o que foi constatado numa pesquisa e registrado no Projeto Político Pedagógico da Instituição.

Todas as crianças participaram não sendo excluída nenhuma, pois este conteúdo faz parte da Grade Curricular do Município de Campo Largo.

Nesta etapa do trabalho de Intervenção didaticamente foi implementada em cinco fases para assim atingirmos os objetivos propostos. Na primeira fase: foi realizado um círculo de conversa, conciliada a prática pedagógica, sendo: pintura, recorte, colagem. Segunda fase: café interativo com palestra sobre Hábitos Alimentares Saudáveis. Terceira fase: oficinas de culinárias para as famílias e degustação de alimentos saudáveis famílias, crianças e profissionais. Quarta fase: práticas das sacolas de jogos educativos e de literatura e na Quinta fase: premiação com o SELO ODS–SESI 2018.

3.2.1- 1ª FASE: CONVERSAS, BRINCADEIRAS, PINTURA, RECORTE, COLAGEM.

Na primeira fase foi realizada no mês junho, na sala de aula do Maternal II A, e que resultou mais de uma semana abarcando o mês inteiro. Houve necessidade de retomar várias vezes sobre o tema, com a finalidade de reforçar o conteúdo desejado sobre o conteúdo, sendo: ingerir mais frutas, legumes e verduras nas refeições. Todo trabalho pedagógico na educação infantil é através de brincadeiras e atividades recreativas, assim como preconizadas pelo as DCNEI que ressalta a importância do currículo da educação infantil ser formado por uma prática pedagógica que enfoque dois grandes eixos a interação e as brincadeiras, ou seja, a ludicidade. Na sala de aula e em círculo com todas as crianças foi levantado o questionamento sobre o que elas mais gostam de comer? Qual o alimento preferido e cada um? O que eles comem em casa com o papai e a mamãe?

Todas as crianças participaram dando seu depoimento falando das suas preferências alimentares. Após a tarefa realizada foi feito a identificação das preferências e dos alimentos semelhantes e dos hábitos alimentares entre eles.

Após a participação de todos foi enfatizado que alguns alimentos apesar de serem muito saborosos devem ser consumidos com moderação, como por exemplo: doces, balas, refrigerantes, salgadinhos, frituras, bolachas recheadas entre outros, porque em excesso fazem mal a saúde.

“Aproveitando o círculo brincamos de “faz de conta” que vamos fazer compras no Supermercado”, só podemos comprar alimentos saudáveis que fazem bem para a nossa saúde, mas tem um, porém ninguém pode comprar o que o colega comprou. Por isso temos que prestar bem atenção.

As crianças foram falando de um por um, por exemplo: Sabrina o que você comprou de bom, gostoso e saudável para nos comer “maçã”, a professora questiona para todos o que mesmo ela comprou? Ninguém pode comprar o que? E assim todos vão participando da brincadeira.

Após a brincadeira de faz de conta as crianças retornaram as mesinhas e a professora distribuiu para as crianças escolher uma máscara com molde de frutas para pintar, cada uma pintou a sua máscara para depois brincar de trenzinho das frutas.

Foi mandado um bilhete para os pais pedindo figuras de alimentos para atividades em sala de aula, após as crianças trazerem as figuras foi distribuídos revistas e encartes para eles procurarem mais figuras de alimentos, para depois recortar e colar em um painel que foi desenhado o contorno de uma criança da sala, assim as figuras foram em cima do desenho, para exposição na entrada da Instituição.

Foram incentivadas as crianças a experimentar alguns alimentos frutas, verduras, saladas, gelatina, sagu, canjica, pão, frutas cozidas e outras variedades que são oferecidas na Instituição nem que seja só um pouquinho, elogiando e falando dos benefícios para nossa saúde.

3.2.2- 2ª FASE: PALESTRA SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

O sábado interativo foi realizado no dia 16/06/18 começou às 08h00min horas com a chegada das famílias as quais foram acolhidos e encaminhados para o refeitório para um delicioso café servido pela Instituição (bolos de: abobrinha, cenoura, torta de tomate, maçã e banana, pão integral, suco natural, chá e café). Todas essas delícias preparadas pela cozinheira e merendeiras da Instituição.

As famílias no momento da degustação ficaram cientes dos alimentos servidos para as crianças no decorrer da semana, que sempre estamos incrementando e reestruturando as receitas que seguem um cardápio feito por

uma nutricionista, todas as refeições são feitas no dia sem condimentos químicos o mais saudável possível.

Já as sobremesas na maioria das vezes são frutas e os lanches são sagu com suco natural, gelatina com polpa de morango, canjica, pudim de polpa de frutas, bolo de cenoura, beterraba, abobrinha sempre procurando aproveitar os produtos da época que a Secretaria Municipal de Educação nos envia, fazendo o mais natural e saudável possível.

Após o café a Nutricionista que atende o Pequeno Cotoengo de Curitiba Michelle Ferreira de Souza falou sobre a importância dos Hábitos Alimentares Saudáveis alertando os pais a mudar sua rotina alimentar, porque cuidar da alimentação das crianças hoje é investir na saúde visando um adulto saudável no futuro. A partir do momento que todos adotam hábitos saudáveis, como uma alimentação de qualidade e uma vida ativa, a criança também se sente encorajada para fazer parte deste contexto saudável. Como também foi destacada na fala da nutricionista, a brincadeira de Movimento com os filhos, despertando o gosto para atividades físicas promovendo saúde e evitando futuros adultos obesos proporcionando também uma maior interação entre pais e filhos.

As famílias foram alertadas da importância de ingerir produtos o mais natural e saudável possível, visto que na realidade o que ingerimos exercem uma influência bem mais ampla e profunda afetando diversos outros âmbitos da vida. A ação educativa da Instituição desde a educação infantil na promoção de hábitos alimentares saudáveis contribui para a formação de uma boa saúde de forma mais consciente e responsável.

3.2.3- 3ª FASE: OFICINAS CULINÁRIAS NAS SALAS DE AULA.

Para finalizar o Sábado Interativo foi um convite para todas as crianças, pais da Instituição e a comunidade a participarem interagindo com seus filhos nas atividades recreativas coordenadas pelas professoras regentes, auxiliares e acadêmicos da PUC. Foram realizadas oficinas culinárias para as famílias com seus filhos nas salas de aulas cada professora ficou responsável por uma receita simples e saborosa para colocar em prática com a comunidade. Cada criança foi para sua sala onde a professora já estava na espera para dar início aos preparativos e colocar em prática a oficina culinária.

As professoras recebiam as famílias distribuíam as luvas e as toucas descartáveis, higienizavam a mesa e os utensílios para a elaboração da oficina. Após toda a higienização explicava qual era a receita que iam preparar na sala e a importância dos pais participarem das atividades junto com os seus filhos.

O Berçário II “BOLO NO POTE”, as merendeiras fizeram 01 bolo de beterraba e um de abobrinha um dia antes. E na sala apenas montavam o bolo de sua preferência o verde ou vermelho que foi usado umas gotinhas de corante para intensificar a cor. Recheavam e cobriam com enfeites comestíveis (granulado de chocolate ou colorido e disquete).

Maternal I A “SANDUÍCHE NATURAL” foi cozido peito de frango um dia antes pelas merendeiras da instituição. No dia da oficina na sala desfiaram o peito, descascaram e cortaram os legumes: tomate, cenoura, alface para montar os sanduíches conforme a preferência de cada um.

Maternal I B “SALADA DE FRUTA NO POTE” foram comprados um dia antes vários tipos de frutas como: mamão, banana, laranja, abacaxi, morango, uva, melão, kiwi. No sábado os pais descascaram e picaram as frutas e os filhos ajudavam.

Maternal I C “SUCO DE ABACAXI COM TORRADA E PATE” peito de frango cozido, milho verde, ervilha, azeitonas, maionese, pepino em conserva. Os pais fizeram tudo no dia na maior tranquilidade.

Maternal II A “DOCINHO DE LEITE NINHO” leite ninho, chocolate em pó, leite condensado. As crianças acharam fantástico mexer e enrolar os docinhos para colocar nas forminhas.

Maternal II B “DANONINHO” iogurte natural, leite condensado, creme de leite, suco em pó. As mães participaram pedindo para os filhos alcançar os ingredientes e observando o processo.

Maternal II C “SALPICÃO” peito de frango, repolho, milho, ervilha, maçã, salsinha, tomate, maionese, uvas-passas, cebolinha, creme de leite. As famílias participaram picando todos os legumes e misturando com a ajuda das crianças.

Na hora da saída os pais registravam em um painel uma mensagem para seus filhos, nesta atividade os Acadêmicos da PUC que fazem parte do Núcleo de Projeto Comunitário em que a Instituição faz parceria, estavam orientando e encaminhando os mesmos para essa atividade de finalização da ação no sábado interativo.

3.2.4- 4ª FASE: SACOLA DE JOGOS E DE LITERATURA.

Nessa etapa foi mandado um bilhete na agenda para os pais explicando da continuação do projeto sobre Hábitos Alimentares Saudáveis e da importância da família em participar das atividades lúdicas que as crianças levaram para casa.

Na aula de Artes a professora fez jogos junto com as crianças para eles levarem para casa e brincar com os familiares. Toda sexta – feira uma criança da sala leva para casa a sacola de jogos que a professora da sala entrega para quem vem buscar a criança, e que deverá retornar na segunda – feira. Junto com a sacola vai o jogo, um caderno de registro para o pai ou a mãe registrar esse momento de interação familiar, uma caixa de giz de cera.

Foram confeccionados jogos: quebra-cabeça, dominó, memória, todos com a participação das crianças. Na segunda – feira a criança traz a sacola para a professora e a criança e que vai contar para os colegas como foi à experiência e a professora vai ler para toda turma o que os pais registraram no caderno.

Na aula de literatura a professora também fez uma sacola para levarem para casa com alguns livrinhos de história sobre alimentos. Junto à sacola vão livrinhos de história, caderno para os pais registrarem, caderno para a criança desenhar, caixa de lápis de cera.

A criança em casa no final de semana escolhe um livro para alguém ler, a mãe faz o registro no caderno como foi essa interação e a criança também vai registrar em desenho o que mais gostou. Na segunda – feira a sacola deve retornar para a professora continuar com a atividade na sala de aula.

3.2.5- 5ª FASE: PREMIAÇÃO NA ODS – SESI.

Na 5ª fase a Instituição participou pela segunda (2ª) vez na premiação do Selo ODS “Categoria Instituição de Ensino pelo Projeto” - FAMÍLIA E CMEI A INTERAÇÃO COM RESPONSABILIDADE, a qual parabeniza participantes de diferentes setores que visam reconhecer e divulgar práticas para o alcance dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável realizadas por organizações do Estado do Paraná.

3.3 RESULTADOS E ANÁLISE DOS DADOS

Os resultados foram fantásticos e muito gratificantes para todos os envolvidos no Projeto e Instituição foi reconhecida como a que faz a diferença na comunidade.

Na 1ª fase as crianças adoraram em participar falando, explanando seu entendimento sobre alimentação saudável. Utilizar a ludicidade no tema foi relevante, constatada nos desenhos pinturas das máscaras como nas brincadeiras de faz de conta. (figura 1). Esta prática pedagógica da ludicidade na educação infantil pode ser justificada de acordo com os RCNEI (1998):

Brincar é uma das atividades fundamentais para o desenvolvimento da identidade e da autonomia. O fato de a criança, desde muito cedo, poder se comunicar por meio de gestos, sons e mais tarde representar determinado papel na brincadeira faz com que ela desenvolva sua imaginação. Nas brincadeiras as crianças podem desenvolver algumas capacidades importantes, tais como a atenção, a imitação, a memória, a imaginação. Amadurecem também algumas capacidades de socialização, por meio da interação e da utilização e experimentação de regras e papéis sociais (BRASIL, 1998, pg.22).

A criança aprende brincando na educação infantil, as atividades lúdicas influenciam as crianças no ensino tornando mais fácil e prazerosa as atividades, assim o lúdico é uma ferramenta indispensável no desenvolvimento da aprendizagem das crianças.

Principiar o ensino da discussão já na educação infantil para desenvolver o espírito crítico e questionador a respeito dos hábitos alimentares, vai resultar uma vida mais saudável fazendo uma grande diferença, pois a mudança só vai ocorrer pela educação por isso precisamos começar a transformação no alicerce da educação, ou seja, na base que é a educação infantil. Visto que “ensinar não é transferir conhecimento, mas cria as possibilidades para sua produção ou sua construção.” (FREIRE, 1996, pg. 21).



(Elidia Ferreira 2018 Figura 1 – Crianças brincando com máscaras das frutas)

Na 2ª fase foi realizado no dia 16/06/18 Sábado Interativo com as famílias a presença dos pais superou nossas expectativas, que elogiaram a receptividade, a importância da fala da palestrante como o bolo de abobrinha, docinho de cenoura que após a degustação ficavam duvidosos que foram feitos de legumes. Foi um momento muito importante para a interação com as famílias, assim a Instituição coloca em prática ações que envolvem os pais, crianças e profissionais visando uma educação que integra e transforma o ser humano na construção de uma sociedade mais justa e solidária. Foi um dia encantado e maravilhoso que surpreendeu todos da Instituição pela participação e integração das famílias, o resultado simplesmente fantástico, assim envolvemos a maioria das famílias e todas as profissionais na realização do Projeto.

Essa atividade foi para enfatizar que a qualidade da alimentação está diretamente relacionada à qualidade de vida e vai influenciar diretamente nossa saúde. Segundo SANTOS (1989, p. 189) somente com um trabalho de conjunto, entre a escola e a comunidade, poderão ser superados parcialmente os problemas causados pela alimentação insuficiente ou inadequada.

Precisamos da ajuda dos pais para incentivar as crianças a comer ou degustar todas as refeições servidas na Instituição assim como mudar alguns hábitos alimentares. A escola e a família precisam visar o mesmo ideal um adulto consciente e saudável, visto que estamos formando a futura sociedade. Segundo TURANO & ALMEIDA:

Há pessoas que comem mal por falta de recurso, outras por ignorância, e ainda outras por desviarem seu orçamento alimentar para aquisição de alimentos “moderninhos”, cheio de aditivos químicos, de alto custo, induzidos pelos meios de comunicação em massa. É preciso ensinar a comer, dentro do poder aquisitivo e do estado de saúde de cada um. (APUD GOUVEIA, 1999, pg.60)

A escola junto com a família colocando em prática no dia a dia o verdadeiro sentido da educação ensinando que hábitos saudáveis não se privatizam, mas se multipliquem e se expandem socializando, pois a educação e saúde são grandes e importantes possibilidades de uma sociedade mais saudável, justa, igualitária e humana.



(Elidia Ferreira 2018. Figura 2: Foto da Palestra da Nutricionista com os Pais e Funcionários).

Na 3ª fase foi o momento mais esperado e inquietante para toda equipe da Instituição que eram as oficinas culinárias com a participação dos pais e filhos foi o que mais nos surpreendeu. As crianças se encantaram em colocar tocas, e

luvas, assim como os pais que participaram com o maior prazer dando sugestões e pareceres para os próximos encontros com as famílias. Além de saborearem pediam para fazer um potinho para levar para casa.

A relação instituição-família é um fator determinante para o contexto da Educação Infantil, onde é imprescindível constituir um vínculo verdadeiro e honesto entre os pais e educadores e dispor-se a entender essa nova concepção, como argumenta Eliana Bhering e Iram Siraj-Blatchford (1999):

A família, em decorrência dos avanços sociais, econômicos e tecnológicos, tem mudado seus papéis [...], mães e pais têm cada vez mais negociado entre si as tarefas domésticas e responsabilidades no geral. A escola tem também avançado para oferecer aos alunos uma educação pertinente à nossa época. A aproximação das duas instituições é também uma tentativa de rever esses papéis tradicionais e, acima de tudo, visando melhorar a condição de vida e educação de nossas crianças. (BHERING E SIRAJ-BLATCHFORD, 1999, p. 192).

A participação dos pais na educação infantil precisa ser entendida como um direito que dá base para a democracia, pois assim as responsabilidades frente à criança passam a ser compartilhadas. Esta perspectiva pode ser observada no Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil – RCNEI (1998). Sua leitura permite perceber uma aproximação entre os sujeitos envolvidos com a educação e os responsáveis pela criança, com a ocorrência de trocas recíprocas nas quais os educadores compartilham com os pais conhecimentos sobre desenvolvimento infantil e informações relevantes sobre as crianças, além disso, prioriza o respeito e acolhimento das diferentes estruturas familiares e suas culturas, valores e crenças sobre a educação das crianças como o que foi realizado neste sábado no Cmei.



(Elidia Ferreira 2018. Figura 3: Oficina com frutas realizada com as crianças e pais).

Na 4ª fase foi à sacola de jogos e literatura que as crianças levavam para casa para interagir com os familiares, para reafirmar a importância dos hábitos alimentares saudáveis. O retorno de alguns registros foi emocionante, o no relato das mães deu para perceber que estamos no caminho certo e que essa interação com as famílias fazem a grande diferença na vida das crianças.

Assim o processo pedagógico deve considerar as crianças em sua totalidade, observando suas especificidades e as diferenças entre elas, bem como a sua forma privilegiada de conhecer o mundo por meio do brincar, além de explicitar e orientar como deve ser uma educação de qualidade.

Dessa forma, o educador, a partir de ações previstas pela equipe gestora, deve garantir canais de escuta e diálogo com as famílias, acolhendo os diversos arranjos familiares, compreendendo e entendendo que nessa relação entre instituição e família constitui-se uma troca de experiências que beneficia a criança garantindo e satisfazendo seus direitos. Importante destacar que não se pode delegar essa responsabilidade exclusivamente aos professores, é preciso compreender que estes profissionais estão inseridos em um contexto maior que é a própria instituição e com suas formas de organização para cumprir este fim, visto que “a demanda por educação pode ser satisfeita quando a família, a

instituição e as outras realidades formativas cooperam construtivamente entre si em uma relação de integração e de continuidade”. (FARIA, 1995, p. 72).

Educar e cuidar. Duas práticas que, de formas distintas, são praticadas tanto pela família quanto pela instituição. Se as duas instituições, com suas especificidades e intenções diversas têm como objetivo educar e cuidar suas crianças, por que não acolher as preocupações das famílias ao gerir o espaço educacional? Para isso, é pertinente acolher a criança encorajando-a em suas descobertas, ouvindo suas necessidades, desejos e inquietações, apoiando em seus desafios, reconhecendo-a como sujeito das práticas que a ela se destinam. Como afirma Sergio Spaggiari (1998):

Educar atualmente é educar uma idade tão delicada e importante é uma tarefa difícil e complexa que comporta enormes responsabilidades: responsabilidades que não podem ser vivenciadas e administradas na solidão e na exclusividade, nem familiar nem institucional. (SPAGGIARI, 1998, p. 102).

O cuidar e educar na perspectiva da formação humana vai exigir dos profissionais de Educação Infantil um conhecimento científico sobre o processo de ensino/aprendizagem e do desenvolvimento infantil

Na Proposta Pedagógica da Instituição encontram-se registros sobre a importância da integração comunidade e escola, assim como a busca de se constituir espaços para o exercício cotidiano do diálogo. A participação das famílias não deve ficar restrita ao acompanhamento na entrada e saída das crianças na instituição. O acolhimento das famílias deve proporcionar o conhecimento do trabalho pedagógico que é realizado na instituição, participando de forma efetiva e criando um processo de integração da comunidade com a instituição. Para que ocorra esta integração é necessário que a instituição procure conhecer a realidade das famílias buscando as melhores práticas educativas, na tentativa de oferecer atividades que melhor se adaptem as características da faixa etária e da comunidade escolar.

As chamadas “sacolas interativas de jogos e literatura”, que os alunos levam para interagir com as famílias, valorizam os vínculos afetivos e propiciam o estreitamento dos laços familiares com o CMEI. Ainda, esta ação contribui para uma nova visão das famílias sobre a instituição de ensino.



(Elidia Ferreira 2018. Figura 4: PROJETO DE LITERATURA= A SACOLA QUE CONTA



(Elidia Ferreira 2018. Figura 5: PROJETO DE ARTES= SACOLA DE JOGOS)

Na 5ª fase a Instituição foi premiada pela segunda (2ª) vez com o Selo ODS “Categoria Instituição de Ensino pelo Projeto” - FAMÍLIA E CMEI A INTERAÇÃO COM RESPONSABILIDADE. O objetivo do projeto é fortalecer o vínculo entre família e CMEI visando uma educação de qualidade para o futuro cidadão. Edificar a parceria com as famílias, valorizando o trabalho da Instituição e a cultura familiar. Aproveitar a disponibilização do espaço Público no fim de semana para desenvolver o conhecimento que forma-se para a vida, além da sala de aula, diluindo os muros, distendendo as fronteiras e alargando os horizontes.

O CMEI em parceria com os pais, pelas atividades planejadas e realizadas na Instituição, integrando as famílias ganha pela 2ª vez o “SELO SESI ODS” (categoria educacional), como reconhecimento do trabalho em prol dos Objetivos e Desenvolvimento Sustentável da ONU. Esse prêmio serve como incentivo para todas profissionais da Instituição que atuam na formação de cidadãos autônomos, éticos, críticos e reflexivos, e assim se compromete com as transformações coletivas e sócias voltadas para a construção de uma sociedade mais justa, igualitária e humana.

O SESI também colocou no Portal da ODS as Instituições de Ensino que conquistaram o Premio SESI ODS. “CMEI VICTOR DE ALMEIDA BARBOSA DE CAMPO LARGO” CMEI E FAMÍLIA: uma interação com responsabilidade. Tem o objetivo de fortalecer o vínculo entre o CMEI e as famílias visando à educação de qualidade para o cidadão. Modelado em uma parceria que valoriza o pedagógico da instituição e a cultura familiar ocorre nos fins de semanas, em espaços públicos para compartilhar o conhecimento, fomentar a empatia e a solidariedade para com o próximo para além da sala de aula.

A participação da comunidade escolar possibilita o conhecimento e a avaliação dos serviços oferecidos e a intervenção organizada na vida da escola podendo influenciar na democratização da gestão e na melhoria da qualidade de ensino. (LIBÂNEO, 2001, p. 87).

Pela participação da comunidade é que a cidadania será edificada. A partir do aprendizado efetivo de práticas democráticas e participativas na instituição, empenhadas com a emancipação e a autonomia dos sujeitos ativos, intérpretes de sua própria história. Todavia, “esse processo democrático é um caminho que se faz ao caminhar.” (PARO, 1998, p. 17).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste trabalho foi promover e incentivar práticas educativas de uma alimentação saudável para as crianças que frequentam o (CMEI) e suas famílias. Para conseguir alcançar o objetivo desejado foram levadas as crianças a questionar, dialogar, brincar, pintar, recortar e colar. Para as famílias palestra com nutricionista e oficinas culinárias com degustação de alimentos saudáveis.

As profissionais da Instituição todas se mobilizaram dando a sua colaboração nas práticas do dia a dia, assim como na hora das refeições incentivando elogiando os avanços diários e sucessivos das crianças, como também reforçar na sala de aula a importância de uma boa alimentação.

É imprescindível para alcançar e obter sucesso no objetivo proposto e unir forças numa parceria escola, família e comunidade na busca constante de Políticas Públicas que trabalhem a prevenção de doenças adquiridas pelos maus hábitos alimentares desde a educação infantil visto que quanto mais cedo ocorrer à conscientização mais fácil será aceitar e mudar para uma alimentação saudável.

Após a intervenção foi alcançado o objetivo de que aos hábitos alimentares saudáveis podem ser promovido desde a educação infantil, visto que quanto mais cedo a criança conhecer e saborear a diversidade de alimentos saudáveis e nutritivos mais fácil será a sua aceitação e a internalizarão.

As famílias ficaram cientes da importância de uma alimentação saudável e que se alimentar bem não é comer exageradamente, mas sim sempre o meio termo nem de mais nem de menos. Mudar os hábitos alimentares é essencial e fundamental para a promoção de uma boa saúde.

Atitudes tomadas hoje, para a prevenção de problemas futuros, podem parecer desnecessárias e sem importância para a família (LOURENÇO, 2002, pg. 59). A ideia de que é necessário comer adequadamente hoje para ter boa saúde amanhã é de difícil entendimento e aceitação para a maioria das pessoas frente a diversidade existente de alimentos e sua disponibilidade em adquirir. Esperamos com esse projeto reafirmar a importância dos bons hábitos

alimentares com a prática de uma alimentação saudável já na primeira infância visando alcançar e conquistar plena saúde no decorrer de sua existência.

O processo ensino aprendizagem será sempre um desafio muito grande que precisa analisar a história, o ambiente, a formação, o conhecimento e as experiências do professor, aluno e família, sendo que para conseguir os resultados positivos precisamos juntos buscar essa interligação visando o mesmo ideal um ser humano competente para conhece e respeite a sua saúde física, mental e emocional.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

ALMEIDA, de Lúcia Ana; IOCCA, Silva Aparecida Fátima, **Hábitos Alimentares na Educação Infantil**. Revista Pedagógica, v.3, n.2, p.31-41, Maio – Julho 2012.

_____, S. S.; NASCIMENTO, P. C. B. D.; QUAIOTI, T. C. B. **Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira**. Revista Saúde Pública, São Paulo, v.36, n.3, p. 353-355. 2002.

ANASTÁCIO, Mari Regina. **Educação para a Solidariedade no Ensino Superior**. Curitiba: Champagnat, 2013.

ANTUNES, C. **Uma nova concepção sobre o papel do brincar**. Páginas abertas, ano 29, n.21. P.34-5, 2004.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Série B. Textos Básicos de Saúde. 2ª Ed., Brasília, Editora MS. 2003. 48 p.

_____. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. **Referencial curricular nacional para a Educação Infantil**. Volume II. Brasília: MEC/SEF, 1998.

_____. **Parâmetros nacionais de qualidade para a educação infantil**. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. Brasília. DF, 2006.

_____. **Política Nacional de Educação Infantil: pelo direito das crianças de zero a seis anos à educação**. Brasília: MEC/Secretaria de Educação Básica/DPE/COEDI, 2005a.

_____. **Indicadores da Qualidade na Educação Infantil**. Ministério da Educação/Secretaria da Educação Básica. Brasília: MEC/SEB, 2009.

_____, Ministério da Educação Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação Conselho Deliberativo Resolução nº 26 de 17/06/13. **Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE**.

BHERING, Eliana & SIRAJ-BLATCHFORD, I. (1999). **A relação escola-pais: um modelo de trocas e colaboração**. Cadernos de Pesquisa (106), 191-216.

CAVALCANTI, Leonardo de Almeida. **Efeitos de uma intervenção em escolares do ensino fundamental I, para a promoção de hábitos alimentares saudáveis**. Tese de Mestrado, 2009, Brasília. Acesso em: 20 Jun. 2012.

FARIA Ana LUCIA Goulart de. Da escola materna a escola da infância: a pré-escola na Itália hoje. In: CORREA, Bianca Cristina. **A gestão democrática como**

referencial de qualidade na educação infantil para crianças de 4 a 6 anos. CEDES. Campinas, n37, p. 56, 1995.

FREIRE, Paulo. **Política e Educação.** São Paulo: Cortez, 1993.

_____, Paulo. **Pedagogia da Autonomia:** saberes necessários à prática educativa. 28ª edição. São Paulo: Editora Paz e Terra, 2003. 148 p.

FREITAS, V. G. et al. **Uma reflexão sobre a obesidade na infância e adolescência:** da falta de amor fome de amor. Rev. Méd. Minas Gerais, v. 16, n. 4 (supl. 4), p. 2258, 2006.

GARCIA, R. W. D. **Reflexos da globalização na cultura alimentar:** considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. Rev. Nutr., Campinas, v. 16, n. 4, out/dez., 2003.

_____, R. W. D.; CANESQUI, A. M. (Org.) **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível.** Rio de Janeiro: Editora FIO CRUZ (Coleção Antropologia e Saúde), 2005. 306 p.

GOUVEIA, Enilda L. Cruz. **Nutrição Saúde & Comunidade,** 2ª ed. Revista e ampliada. Rio de Janeiro, Editora Revinter, 1999.

KRAMER, Sônia; LEITE, Maria Isabel. (1996). **Infância:** Fios e Desafios da Pesquisa. SP: Papirus.

LANCHA, L. O. P. - Jr. LANCHA H. A. **Manual de coaching de bem-estar e saúde.** Barueri, SP: Manole. 2017.

LIBÂNEO, José Carlos. **Organização e Gestão da escola.** Teoria e prática. 5ª ed. Goiânia: Alternativa, 2004 (a).

_____. **Organização e gestão da escola:** teoria e prática. Goiânia: Alternativa, 2001.

LOURENÇO, B. **Adolescência – Características psicoemocionais do desenvolvimento.** Pediatria Moderna, v.38, n, 8, ago. 2002. Disponível em: http://www.cibersaude.com.br/revistas.asp?fase=r003&id_matéria=2061

MINAYO, M. C. S. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade.** 25ª. ed. rev. atual. Petrópolis: Vozes, Petrópolis, 2007. 108p.

NASCIMENTO do G.A. **Educação Nutricional em Pediatria.** 1ª ed. Barueri, SP: Manole, 2018.

PARO Vitor Henrique. **Gestão Democrática da escola pública.** São Paulo: Ed. Ática, 1998.

ROSEMBERG, Fúlvia. **Organizações Multilaterais, Estado e políticas de educação infantil. Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, n. 115, mar. 2002. p.25-63.

SANTOS, L. A. S. **Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de Práticas Alimentares Saudáveis**. Rev. Nutr. Campinas, v. 18, n. 5, p.681-692, out.,2005.

_____, Maria Ângela dos. **Biologia educacional**. São Paulo: Ática, 1989.

SCHIMITZ, B. A. S. et. al. **A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores 53 e donos de cantina escolar**. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, n 24, S312-S322. 2008.

SENGUE, Peter M. **A quinta disciplina: arte e prática da organização que aprende**. 8. ed. São Paulo, SP: Nova Cultural, 2001.

SPAGGIARI, Sergio. Consideração crítica e experiências de gestão social. In: BONDIOLI, Anna; MANTOVANI, Susanna. Manual de educação infantil: de 0 a 3 anos. 9ª Ed. Porto Alegre: Artmed, 1998.

SOUSA, Maria Goreti da Silva. **A formação continuada e suas contribuições para a profissionalização de professores dos anos iniciais do ensino fundamental de Teresina-PI: revelações a partir de histórias de vida**. 2008. Dissertação (Mestrado em Educação UFPI).

TURANO, W.; ALMEIDA, C. C. C. **Educação nutricional** In: GOUVEIA, E. L. C. Nutrição, Saúde & Comunidade. 2ª Ed., Rio de Janeiro: Revi ter. 1999. Cap.3, p. 57 a 76, 247p.

WEFFORT, S. R. Va; LAMOUNIER, A. J. **Nutrição em Pediatria: da neonatologia à adolescência**. 2ª ed. Barueri: Manole, 2017.

FONTES

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. **Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil**. Brasília, 1998. v1.

_____. **Estatuto da Criança e do Adolescente**. Lei Federal nº8. 069 de 13/07/1990.

_____. **LDB: Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Lei nº 9.394 de 20/12/1996.

_____. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil**. Resolução CNE/CEB nº1, 07/04/1999.

_____. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. **Política Nacional de Educação Infantil: pelo direito das crianças de zero a seis anos à educação**. Brasília: 2006.

_____. **Conselho Escolar como espaço de formação humana: círculo de cultura e qualidade da educação** / elaboração Lauro Carlos Wiemann... [et. al.]. Brasília:

Ministério da Educação, Secretaria de Educação Básica, 2006.

_____. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental.
Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) – Portal do FNDE
www.fnde.gov.br/programas/pnae

APÊNDICES

CARTAZ

SÁBADO 16/06/18
INTERATIVO NO
CMEI
08h00min às
11h30min
COM OFICINAS
PARA OS PAIS,
CAFÉ E PALESTRA
SOBRE
ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL.

BILHETES ENVIADOS AOS PAIS

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL VICTOR DE ALMEIDA BARBOSA
RUA: BENEDITO SOARES PINTO, 2.300, CENTRO.
FONE (41) 3292=6863 =CEP 83.601-040
apmfvictordealmeidabarbosa@bol.com.br
CAMPO LARGO-PR

PROJETO DE LITERATURA= O CONTADOR DE HISTÓRIA

OLÁ FAMÍLIA QUEM ESTÁ FALANDO É SEU FILHO OU (A):

É COM SATISFAÇÃO E ALEGRIA QUE LEVO HOJE PARA CASA A SACOLA: “O CONTADOR DE HISTÓRIA”, E O BONECO “PIRULITO” ESTE É UM MOMENTO MUITO IMPORTANTE, CONTO COM VOCÊS PARA ME AJUDAR NESTA TAREFA DE LER 01 HISTÓRIA QUE VOU ESCOLHER.

SERÁ UM MOMENTO MUITO DIVERTIDO E PRAZEROSO.

COM CARINHO SEU FILHO OU (A).

PAIS OU RESPONSÁVEIS:

CONTAMOS COM VOCÊS NA REALIZAÇÃO DESTE PROJETO, POIS AS CRIANÇAS DO MATERNAL I B ADORAM A HORA DE CONTAÇÃO DE HISTÓRIA. ESTE MOMENTO É MUITO IMPORTANTE PARA A INTERAÇÃO ENTRE A FAMÍLIA.

SEU FILHO OU (A) ESTA LEVANDO 01 LIVRINHO, 01 CAIXA DE LÁPIS DE COR E O AMIGO PIRULITO PEDIMOS QUE CUIDASSEM COM MUITO CARINHO DO LIVRO, DA SACOLA, DO BONECO E DOS LÁPIS. ASSIM ESTAMOS COLOCANDO EM PRÁTICA DESDE CEDO A RESPONSABILIDADE PELO PATRIMÔNIO PÚBLICO.

CADA FINAL DE SEMANA 01 CRIANÇA VAI LEVAR A SACOLA PARA CASA E REGISTRAR NO CADERNO COMO FOI ESTÁ EXPERIÊNCIA ATRAVÉS DA ESCRITA DOS PAIS E DO DESENHO DA CRIANÇA.

MATERNAL II A

CADERNO DE REGISTRO:

PROJETO:

“O CONTADOR DE HISTÓRIA”

MATERNAL II A

ANO 2018

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL VICTOR DE ALMEIDA BARBOSA
RUA: BENEDITO SOARES PINTO, 2.300, CENTRO.
FONE (41) 3292=6863 =CEP 83.601-040
apmfvictordealmeidabarbosa@bol.com.br
CAMPO LARGO-PR

PROJETO DE ARTES= SACOLA DE JOGOS

OLÁ FAMÍLIA QUEM ESTÁ FALANDO É SEU FILHO OU (A):

É COM SATISFAÇÃO E ALEGRIA QUE LEVO HOJE PARA CASA: “A SACOLA DE JOGOS”. ESTE É UM MOMENTO MUITO IMPORTANTE, CONTO COM VOCÊS PARA ME AJUDAR NESTA TAREFA DE BRINCAR COM JOGUINHOS.

SERÁ UM MOMENTO MUITO DIVERTIDO E PRAZEROSO.

COM CARINHO SEU FILHO OU (A).

PAIS OU RESPONSÁVEIS:

CONTAMOS COM VOCÊS NA REALIZAÇÃO DESTE PROJETO, POIS AS CRIANÇAS DO MATERNAL II A ADORAM BRINCAR COM JOGUINHOS. ESTE MOMENTO É MUITO IMPORTANTE PARA A INTERAÇÃO ENTRE A FAMÍLIA.

SEU FILHO OU (A) ESTA LEVANDO 03 JOGUINHOS, 01 CADERNO PARA REGISTRAR, 01 CAIXA DE LÁPIS DE COR. PEDIMOS QUE CUIDASSEM COM MUITO CARINHO DO LIVRO, DA SACOLA, DO CADERNO E DOS LÁPIS. ASSIM ESTAMOS COLOCANDO EM PRÁTICA DESDE CEDO A RESPONSABILIDADE PELO PATRIMÔNIO PÚBLICO.

CADA FINAL DE SEMANA 01 CRIANÇA VAI LEVAR A SACOLA PARA CASA E REGISTRAR NO CADERNO COMO FOI ESTÁ EXPERIÊNCIA ATRAVÉS DA ESCRITA DOS PAIS E DO DESENHO DA CRIANÇA.

MATERNAL II A

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL VICTOR DE ALMEIDA BARBOSA
RUA: BENEDITO SOARES PINTO, 2.300, CENTRO.
FONE (41) 3292=6863 =CEP 83.601-040
apmfvictordealmeidabarbosa@bol.com.br
CAMPO LARGO-PR

PROJETO DE LITERATURA= A SACOLA QUE CONTA

OLÁ FAMÍLIA QUEM ESTÁ FALANDO É SEU FILHO OU (A):

É COM SATISFAÇÃO E ALEGRIA QUE LEVO HOJE PARA CASA A “SACOLA QUE CONTA”. ESTE É UM MOMENTO MUITO IMPORTANTE, CONTO COM VOCÊS PARA ME AJUDAR NESTA TAREFA DE LER 01 HISTÓRIA QUE VOU ESCOLHER.

SERÁ UM MOMENTO MUITO DIVERTIDO E PRAZEROSO.

COM CARINHO SEU FILHO.

PAIS OU RESPONSÁVEIS:

CONTAMOS COM VOCÊS NA REALIZAÇÃO DESTE PROJETO, POIS AS CRIANÇAS DO MATERNAL I A ADORAM A HORA DE CONTAÇÃO DE HISTÓRIA. ESTE MOMENTO É MUITO IMPORTANTE PARA A INTERAÇÃO ENTRE A FAMÍLIA.

SEU FILHO OU (A) ESTA LEVANDO 03 LIVRINHOS, 01 CADERNO PARA REGISTRO E 01 CAIXA DE LÁPIS DE COR. PEDIMOS QUE CUIDEM COM MUITO CARINHO DOS LIVROS, DA SACOLA, DO CADERNO E DOS LÁPIS. ASSIM ESTAMOS COLOCANDO EM PRÁTICA DESDE CEDO A RESPONSABILIDADE PELO PATRIMÔNIO PÚBLICO.

CADA FINAL DE SEMANA 01 CRIANÇA VAI LEVAR A SACOLA PARA CASA E REGISTRAR NO CADERNO COMO FOI ESTÁ EXPERIÊNCIA ATRAVÉS DA ESCRITA DOS PAIS E DO DESENHO DA CRIANÇA.

MATERNAL II A

CADERNO DE REGISTRO:

PROJETO:

“A SACOLA QUE CONTA”

MATERNAL II A

ANO 2018

RECEITAS DA OFICINA CULINÁRIA

BERÇÁRIO II=BOLO NO POTE

BOLO PINK

03 OVOS

01 X. DE BETERRABA CRUA BATIDA NO LIQUIDIFICADOR

03 COLHERES SOPA DE MARGARINA

01 X. DE AÇÚCAR

02 X. DE TRIGO

01 CX DE GELATINA VERMELHA

01 COLHER SOPA DE FERMENTO

MODO DE FAZER:

BATA NO LIQUIDIFICADOR A BETERRABA, OS OVOS, MARGARINA, AÇÚCAR E A GELATINA. COLOQUE EM UMA TIGELA E ACRESCENTE O TRIGO E O FERMENTO. MISTURE BEM E LEVE PARA ASSAR.

BOLO VERDE

03 OVOS

01 X. DE ABOBRINHA CRUA BATIDA NO LIQUIDIFICADOR

03 COLHERES SOPA DE MARGARINA

01 X. DE AÇÚCAR

02 X. DE TRIGO

01 CX DE GELATINA LIMÃO

01 COLHER SOPA DE FERMENTO

MODO DE FAZER:

BATA NO LIQUIDIFICADOR ABOBRINHA, OS OVOS, MARGARINA, AÇÚCAR E A GELATINA. COLOQUE EM UMA TIGELA E ACRESCENTE O TRIGO E O FERMENTO. MISTURE BEM E LEVE PARA ASSAR.

RECHEIO

BRIGADEIRO BRANCO

01 LATA DE LEITE CONDENSADO

01 COLHER SOPA DE MARGARINA

BRIGADEIRO PRETO

01 LATA DE LEITE CONDENSADO

01 COLHER DE SOPA DE MARGARINA

05 COLHERES DE NESCAU

COBERTURA

A GOSTO DE CADA UM, GRANULADO, FLOCOS, DISQUETE, CONFEITO COLORIDO.

MATERNAL I A =SANDUÍCHE

01 PÃO INTEGRAL FATIADO

01 PEITO DE FRANGO COZIDO E DESFIADO

01 VIDRO DE MAIONESE

01 CENOURA RALADA

01 TOMATE PICADO

01 ALFACE CORTADA

01 LATA DE MILHO VERDE
01 LATA DE ERVILHA

MODO DE FAZER:

MISTURE O PEITO DESFIADO COM A MAIONESE PARA FAZER O PATÊ, PASSE NO PÃO E ACRESCENTE O QUE PREFERIR ALFACE, TOMATE, CENOURA, MILHO, ERVILHA

MATERNAL I B = SALADA DE FRUTAS

01 MELÃO
02 MAMÃO
05 MAÇÃ
05 LARANJAS
10 KIWI
10 BANANAS
10 MORANGOS
02 CX. DE LEITE CONDENSADO
02 CX. DE CREME DE LEITE
01 BARRA DE CHOCOLATE MEIO AMARGO

MODO DE FAZER:

PIQUE TODAS AS FRUTAS E ADICIONE A GOSTO E SE PREFERIR O LEITE CONDENSADO, CREME DE LEITE E A COBERTURA DE CHOCOLATE, GRANULADO, FLOCOS, DISQUETE, CONFEITO COLORIDO.

MATERNAL I C = SUCO DE ABACAXI E TORRADA COM PATÊ

SUCO DE ABACAXI

01 ABACAXI
HORTELÃ A GOSTO
02 LITROS DE ÁGUA
AÇÚCAR A GOSTO.

MODO DE FAZER:

DESCASQUE O ABACAXI, BATA TODOS OS INGREDIENTES NO LIQUIDIFICADOR

TORRADA COM PATÊ

01 PÃO FATIADO TORRADO
01 VIDRO DE MAIONESE
01 VIDRO DE PEPINO
01 LATA DE MILHO
01 LATA DE ERVILHA
01 POTE DE AZEITONAS

MODO DE FAZER:

PIQUE O PEPINO MISTURE COM O PEITO, MAIONESE, CADA UM ACRESCENTA O QUE MAIS GOSTAR E PREFERIR NO PÃO TORRADO.

MATERNAL II A = DOCINHO DE LEITE EM PÓ

01 LATA DE LEITE CONDENSADO
01 LATA DE LEITE EM PÓ
01 LATA DE NESCAU

MODO DE FAZER:

MISTURE TUDO E MODELE OS DOCINHOS E PASSE NO GRANULADO

MATERNAL II B = DANO NINHO

01 CX DE LEITE CONDENSADO
02 CX DE CREME DE LEITE
01 PACOTE DE TANGUE DE MORANGO

01 IOGURTE NATURAL= OPCIONAL

MODO DE FAZER:

BATA TUDO NO LIQUIDIFICADOR

MATERNAL II C = SALPICÃO

01 PEITO DE FRANGO COZIDO E DESFIADO

01 REPOLHO PEQUENO

01 LATA DE MILHO

01 LATA DE ERVILHA

02 MAÇÃS

100 GRAMAS DE UVA PASSA

01 CREME DE LEITE

01 VIDRO DE MAIONESE

01 PACOTE DE CANUDINHO

TOMATE, SALSINHA E CEBOLINHA VERDE PICADA

PIQUE O REPOLHO BEM FININHO E MISTURE MAIONESE CHEIRO VERDE, SAL E LIMÃO.

RECHEIE OS CANUDINHOS.

AULAS ESPECIAIS = DOCE DE AMENDOIM

01 PACOTE DE BOLACHA MAISENA OU MARIA

01 X. DE AMENDOIM TORRADO E MOÍDO

01 CX DE LEITE CONDENSADO

02 COLHERES DE MARGARINA

01 ROLO DE PAPEL ALUMÍNIO

05 COLHERES DE CHOCOLATE EM PÓ

MODO DE FAZER:

ESFARELE AS BOLACHAS E MISTURE COM O AMENDOIM, LEITE CONDENSADO, MARGARINA.

FAÇA UM ROLO E PASSE PAPEL ALUMÍNIO, CORTE EM FATIAS.